

9/23 (火) 祝日特別プログラム

| | スタジオ1 | スタジオ2 | プール | |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 10 | | | | 10 |
| | ファンムーブ 10:00~10:45 ★50名 津江 |  ヴィンヤサ フローヨガ 10:15~11:00 ★30名 奥田 |  35min.歩 10:00~10:35 ★30名 豊田 | |
| 11 | | | | 11 |
| |  35min.昇 11:05~11:40 ★35名 津江 | ストレッチボール 11:15~11:45 ★25名 高畑 | ウェーブアクア 11:00~11:45 ★30名 豊田 | |
| 12 | KOJI AERO ～ラテン～ 12:00~12:45 ★50名 和山 | 太極拳 12:00~12:45 ★25名 濱野 | | 12 |
| 13 | FIGHT DO① 【有料】 13:00~14:00 ★50名 寶達・寺澤 | | | 13 |
| 14 | | | | 14 |
| | ファンムーブ 14:15~15:00 ★50名 田中(美) | | | |
| 15 | |  フラダンス 15:00~15:45 ★35名 フアリ(井上) | | 15 |
| | ZUMBA® 【有料】 15:15~16:15 ★50名 瀬戸 | | | |
| 16 | | グループレッスン カラダ調整 【有料】 16:00~17:00 広野 | | 16 |
| | FIGHT DO② 【有料】 16:30~17:30 ★50名 寶達・寺澤 | | | 17 |
| 18 | | <div> <p>祝日営業となりますので営業時間が 変更となっております。</p> <p>9:00~18:00</p> </div> | | 18 |